

**PENGARUH *COPING WITH STRESS* TERHADAP
STRES SISWA DAN STRES SISWA TERHADAP
PRESTASI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS
KELAMIN SISWA SMP BENTARA WACANA
MUNTILAN**

Tesis

**untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk
mencapai derajat Magister Sains Psikologi**



Oleh:

**Radityo Chandra
NPM: 832014008**

**PRODI MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
SALATIGA**

2017



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
Jl. Diponegoro, 52 – 60 Salatiga 50711
Jawa Tengah, Indonesia
Telp. 0298 – 321212, Fax. 0298 321433
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : RADITYO CHANDRA

NIM : 832014008

Email : temtem1320@gmail.com

Fakultas : PSIKOLOGI

Program Studi : MAGISTER SAINS PSIKOLOGI

Judul tugas akhir : PENGARUH *COPING WITH STRESS* TERHADAP STRES DAN STRES TERHADAP PRESTASI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS KELAMIN SISWA SMP BENTARA WACANA MUNTILAN.

Pembimbing : 1. Prof. Dr. Sutarto Wijono, MA

2. Dr. Adi Setiawan, M. Sc.


Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah *asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 13 September 2017




RADITYO CHANDRA



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
Jl. Diponegoro 52 – 60 Salatiga 50711
Jawa Tengah, Indonesia
Telp. 0298 – 321212, Fax. 0298 321433
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : RADITYO CHANDRA
NIM : 832014008 Email : temtem1320@gmail.com
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
Judul tugas akhir : PENGARUH *COPING WITH STRESS* TERHADAP STRES DAN STRES TERHADAP
PRESTASI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS KELAMIN SISWA SMP BENTARA
WACANA MUNTILAN.

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif** kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA**

* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

** Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 13 September 2017

Radityo Chandra

Mengetahui,

Prof. Dr. Sutarto Wijono, MA

Dr. Adi Setiawan, M. Sc.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Radityo Chandra

NPM : 832014008

Alamat : Jl. Sutopadan no 96, Kasihan, Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik (master) baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di perguruan tinggi lain;
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing;
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat pendapat yang telah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dan dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul tulisan asli serta tahun publikasinya, dan dicantumkan dalam daftar pustaka;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan kalau kemudian ternyata ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar dan ijazah yang telah diperoleh dalam karya ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di universitas ini.

Salatiga, Agustus 2017

Yang membuat pernyataan,



Radityo Chandra

832014008

TESIS

**PENGARUH *COPING WITH STRESS* TERHADAP STRES SISWA
DAN STRES SISWA TERHADAP PRESTASI AKADEMIK
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN SISWA
SMP BENTARA WACANA MUNTILAN**

Disusun oleh:

Radityo Chandra

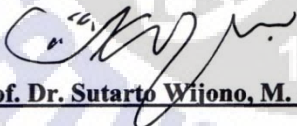
NPM: 832014008

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada

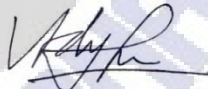
Tanggal 30 Agustus 2017 dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Tim Penguji

Pembimbing I


Prof. Dr. Sutarto Wijono, M. A.

Pembimbing II


Dr. Adi Setiawan, M. Sc.

Mengesahkan,

Ketua Proogram Studi Magister Sains Psikologi


Dr. Susana Prapunoto, MA-Psy

MOTTO dan PERSEMBAHAN

Life is like riding a bicycle.

To keep your balance, you must keep moving

– Albert Einstein –

Tesis ini kupersembahkan untuk:

Istri

Yenny Astuti

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, dalam Yesus Kristus atas pengetahuan dan kebijaksanaan, serta kasih yang diberikan kepada penulis sehingga akhirnya tugas akhir ini boleh terselesaikan dengan baik.

Tidak dapat dipungkiri bahwa di dalam penyusunan tesis ini, begitu banyak dukungan yang diberikan dari berbagai pihak kepada penulis dalam bentuk cinta kasih, perhatian, pikiran, waktu, tenaga serta doa. Untuk itu dengan penuh rasa syukur penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Sutarto Wijono, MA., sebagai Dekan dan dosen pembimbing I yang ditengah kesibukannya yang luar biasa selalu meluangkan waktu bagi penulis untuk memberikan bimbingan, masukan, serta selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian tugas akhir.
2. Dr. Susana Prapunoto, MA-Psy., sebagai Kaprogdi Magister Sains Psikologi yang telah mengembangkan program-program baru di program studi yang dapat memberikan dorongan kepada penulis untuk segera menyelesaikan penulisan tugas akhir ini.
3. Dr. Adi Setiawan, M.Sc., sebagai dosen pembimbing II yang ditengah kesibukannya selalu meluangkan waktu bagi penulis untuk memberikan bimbingan, masukan, serta selalu memotivasi penulis dengan tidak jemu-jemu bertanya sejauh mana proses penyelesaian tugas akhir.
4. Staf Pascasarjana di gedung G lantai 3, Bpk. Agus Dharmanto, terima kasih untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis, terima

kasih untuk selalu mendahulukan dan mementingkan permintaan mahasiswa.

5. SMP Bentara Wacana Muntilan yang telah memberikan ijin dan tanggapan yang baik kepada penulis sehingga tugas akhir dapat selesai dengan baik.
6. Lembaga Kursus dan Pelatihan Mitra Nusantara yang telah memberikan ijin dan tanggapan yang baik kepada penulis dalam proses *tryout* bahasa skala psikologis.
7. Agnes Yenny Astuti, terima kasih untuk kesabaran dan cinta yang selalu melimpah. Terima kasih untuk segala bentuk bantuan dan dukungan yang diberikan bagi penulis dalam penyelesaian tugas akhir.
8. Semua pihak yang tidak disebutkan namanya satu demi satu, namun telah banyak membantu penulis dalam berbagai hal.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini terdapat kesalahan serta kekurangan, penulis memohon maaf sedalam-dalamnya dan semoga penulisan ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Terima kasih.

1956

Salatiga, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
MOTTO dan PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1 Manfaat Teoritis	12
1.4.2 Manfaat Praktis.....	12
1.5 Sistematika Penulisan	13

BAB II. LANDASAN TEORI

2.1 Prestasi Akademik	15
2.1.1 Pengertian Prestasi Akademik	15
2.1.2 Teori Prestasi Akademik	17

2.1.3	Penilaian Prestasi Akademik	18
2.1.4	Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik	19
2.2	Stres	21
2.2.1	Pengertian Stres	21
2.2.2	Teori Stres	22
2.2.3	Aspek Stres	23
2.2.4	Gejala Stres	26
2.3	<i>Coping with Stress</i>	28
2.3.1	Pengertian <i>Coping with Stress</i>	28
2.3.2	Teori <i>Coping with Stress</i>	29
2.3.3	Jenis <i>Coping</i>	30
2.3.4	Dimensi Sumber <i>Coping</i>	32
2.4	Jenis Kelamin	34
2.4.1	Pengertian Jenis Kelamin	34
2.5	Hasil Penelitian Sebelumnya	35
2.5.1	Pengaruh Stres Siswa Terhadap Prestasi Akademik	35
2.5.2	Pengaruh <i>Coping with Stress</i> Terhadap Stres	36
2.5.3	Perbedaan Kemampuan Coping Ditinjau dari Jenis kelamin	37
2.6	Dinamika Hubungan Antar Variabel	38
2.7	Model Penelitian	41
2.8	Hipotesis Penelitian	42

BAB III. METODE PENELITIAN

3.1	Variable Penelitian	43
3.2	Definisi Operasional	43
3.2.1	Prestasi Akademik	43

3.2.2	Stres Siswa	44
3.2.3	<i>Coping with Stress</i>	44
3.3	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	45
3.4	Alat Ukur Penelitian	45
3.4.1	Raport Siswa.....	46
3.4.2	Skala Stres Siswa	46
3.4.3	Skala <i>Coping with Stress</i>	48
3.5	Prosedur Pengumpulan Data	50
3.6	Penskalaan	50
3.7	Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Alat Ukur	51
3.7.1	Cek Bahasa Skala	51
3.7.2	Daya Diskriminasi Aitem	52
3.7.2	Reliabilitas	52
3.8	Uji Asumsi Klasik	53
3.8.1	Uji Normalitas	53
3.8.2	Uji Multikolinearitas	53
3.8.3	Uji Heterokedastisitas	54
3.8.4	Uji Linearitas	54
3.9	Uji Hipotesis	54

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

4.1	Deskripsi Tempat Penelitian.....	57
4.2	Deskripsi Responden Penelitian	58
4.2.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	58
4.2.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	58
4.2.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas	59

4.3	Prosedur Penelitian	59
4.3.1	Pengambilan Data Awal	59
4.3.2	Pelaksanaan Penelitian	59
4.4	Hasil Daya Diskriminasi Aitem dan Reliabilitas.....	60
4.4.1	Daya Diskriminasi Aitem	60
4.4.1.1	Skala Stres	60
4.4.1.2	Skala <i>Coping with Stress</i>	61
4.5	Identifikasi Skor	61
4.5.1	Identifikasi Skor Prestasi Akademik	61
4.5.2	Identifikasi Skor Stres	62
4.5.3	Identifikasi Skor <i>Coping with Stress</i>	63
4.6	Uji Asumsi Klasik	64
4.6.1	Uji Normalitas	64
4.6.2	Uji Multikolineritas	66
4.6.3	Uji Heterokedastisitas	67
4.6.4	Uji Linearitas	68
4.7	Uji Hipotesis	70
4.7.1	Uji t Stres dengan Prestasi Akademik	70
4.7.2	Koefisien Determinasi (R^2) Stres dengan Prestasi Akademik.....	71
4.7.3	Uji t <i>Coping with Stress</i> dengan Stres	72
4.7.4	Koefisien Determinasi (R^2) <i>Coping with Stress</i> dengan Stres	72
4.7.5	Uji Beda t-test	74
4.8	Pembahasan	75
4.9	Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	79

BAB V. PENUTUP

5.1	Kesimpulan.....	81
5.2	Saran.....	82
5.2.1	Bagi Siswa.....	82
5.2.2	Bagi Sekolah.....	83
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	83

Daftar Pustaka	85
-----------------------------	----

LAMPIRAN	94
-----------------------	----



DAFTAR TABEL

	Halaman
1.1 Nilai Rata-Rata Mata Pelajaran SMP Bentara Wacana.	3
3.1 Jumlah Siswa SMP Bentara Wacana Muntilan.	45
3.2 <i>Blue Print</i> Skala Stres.	47
3.3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Coping With Stress</i>	48
4.1 Demografi Responden berdasarkan Jenis Kelamin.	58
4.2 Demografi Responden berdasarkan Usia.	58
4.3 Demografi Responden berdasarkan Kelas.	59
4.4 Hasil Pengujian <i>Tryout</i> Skala Stres.	60
4.5 Hasil Pengujian <i>Tryout</i> Skala <i>Coping with Stress</i> .	61
4.6 Kategorisasi Skor Variabel Prestasi Akademik.	62
4.7 Kategorisasi Skor Variabel Stres.	62
4.8 Kategorisasi Skor Variabel <i>Coping with Stress</i> .	63
4.9 Hasil Uji <i>Kolmogorov Smirnov</i> Stres–Prestasi.	64
4.10 Hasil Uji <i>Kolmogorov Smirnov Coping with Stress</i> - Stres.	65
4.11 Hasil Uji Multikolinieritas Stres-Prestasi.	66
4.12 Hasil Uji Multikolinieritas <i>Coping with Stress</i> -Stres.	66
4.13 <i>Scatterplot</i> (Stres dan Prestasi Akademik).	67
4.14 <i>Scatterplot</i> (<i>Coping with Stress</i> dan Stres).	68
4.15 Hasil Uji Linieritas (Stres dan Prestasi Akademik).	68
4.16 Hasil Uji Linieritas (<i>Coping With Stres</i> dan Stres).	69
4.17 Hasil Uji Regresi (Variabel Stres dan Prestasi Akademik).	70
4.18 Hasil Uji Korelasi Stres terhadap Prestasi Akademik.	71

4.19	Hasil Uji Regresi (Variabel <i>Coping With Stres</i> dan Stres).	72
4.20	Hasil Uji Korelasi <i>Coping With Stress</i> dan Stres.	73
4.21	Hasil Uji t Untuk <i>Coping With Stress</i> Siswa Laki-laki dan Perempuan	74



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Model Penelitian 1	41
2.2 Model Penelitian 2	42



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Skala.	94
Lampiran B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.	104
Lampiran C. Hasil Uji Asumsi Klasik.	113
Lampiran D. Hasil Uji Hipotesis.	118
Lampiran E. Surat Penelitian.	121

ABSTRAK

Chandra, Radityo. Pengaruh *Coping With Stress* Terhadap Stres dan Prestasi Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin Siswa SMP Bentara Wacana Muntilan. Program Pascasarjana Magister Sains Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *coping with stress* terhadap stres dan prestasi akademik ditinjau dari jenis kelamin siswa SMP Bentara Wacana, Muntilan. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 7, kelas 8, dan kelas 9 SMP Bentara Wacana yang berjumlah 133 orang yang terdiri dari 77 laki-laki dan 56 perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala psikologi dan pengambilan nilai raport siswa. Ada dua skala psikologi yang disebarkan yakni skala *Coping With Stress* (Lazarus & Folkman, 1985) dan *Stres* (Sarafino, 2014). Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan analisis regresi linier melalui program IBM *SPSS Statistics* 19.0. Melalui analisis regresi diperoleh hasil bahwa stres tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi akademik siswa-siswi SMP Bentara Wacana Muntilan; *coping with stress* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap stres siswa-siswi SMP Bentara Wacana Muntilan; dan perbedaan kemampuan *coping with stress* antara laki-laki dan perempuan ialah signifikan.

Kata Kunci: *Coping With Stress*, Stres, Prestasi Akademik, Jenis Kelamin.

ABSTRACT

Chandra, Radityo. *The Effect of Coping With Stress toward Stress and Academic Performance as viewed from Sex of Students in Bentara Wacana Junior High School. Master Program of Psychology Science, Satya Wacana Christian University.*

The aim of this research is to find out about the effect of coping with stress toward stress and academic performance as viewed from sex of students in Bentara Wacana Junior High School. Samples of this research are 133 students which consisted of 77 males and 56 females. Data was collected by spreading psychological scale. There were two scales, which were Coping with Stress Scale (Lazarus & Folkman, 1985) and Stress Scale (Sarafino, 2014). All data is analyzed with linear regression analysis by IBM SPSS Statistics 19.0 program. The result showed that stress not affected academic performance of students in Bentara Wacana Junior High School; coping with stress not affected stress of students in Bentara Wacana Junior High School; and there were significant gender differences between male and female students in coping with stress.

Keywords: *Coping with Stress, Stress, Academic Performance, Sex.*